

メンタルヘルス対策の取り組みについて自主点検を実施！

メンタル不調防止のためストレスチェックを活用しましょう！

石巻労働基準監督署

石巻労働基準監督署では、この度、事業場におけるメンタルヘルス対策自主点検を実施しました。この自主点検は、事業場の労働者の「心の病」が増加傾向にある中で、管内事業場におけるメンタルヘルス対策の取組みを把握し、当該対策の促進を図るため、管内労働者規模 50 人以上の 189 事業場を対象に実施したものです。

メンタルヘルス対策自主点検の概要

I 自主点検対象事業場

点検対象：石巻労働基準監督署管内労働者規模 50 人以上事業場 計 189 事業場

点検方法(時期)：郵送により自主点検表を配布（平成 28 年 9 月）

回収状況：回答 186 事業場（回収率 98.4%）

回答のあった事業場のうち、廃止・統合及び規模 50 未満を除く 150 事業場について集計しました。

II 自主点検の概要

自主点検の結果、メンタルヘルス対策に何かしら取り組んでいる事業場は 149 事業場（99.9%）であり、第 2 次メンタルヘルス対策推進 5 ヵ年計画（裏面参照）の行政目標である取組率 80%以上を達成しました。

また、項目別でみると、以下の点が明らかになりました。

（別紙グラフ参照）

- ①委員会による調査審議、113 事業場（75.3%）
- ②事業場での実態の把握、113 事業場（75.3%）
- ③心の健康づくり計画の作成、63 事業場（42.0%）
- ④推進担当者の選任、114 事業場（76.0%）
- ⑤教育研修の実施、117 事業場（78.0%）
- ⑥事業場外資源の活用、124 事業場（82.6%）
- ⑦ストレスチェックの実施（9 月現在）、108 事業場（72.0%）
- ⑧その他の取組（相談窓口の設置、職場環境の把握・改善）、120 事業場（80.0%）
- ⑨メンタルヘルス対策支援センターの利用希望、19 事業場（12.6%）

メンタルヘルス対策は、経営トップが職場でメンタルヘルス不調者の存在を見過すことなく、適切な対応ができるような職場や組織体制の構築が必要です。

上記項目のうち、①安全衛生委員会等での調査審議及び⑦ストレスチェックの実施については法定事項となるため、確実に実施しましょう。また、項目①～⑤については第 2 次メンタルヘルス対策推進 5 ヵ年計画の重点項目となりますので、「労働者の心の健康の保持増進のための指針（平成 18 年 3 月厚生労働省策定）」に基づいて、心の健康づくり計画を策定し、メンタルヘルス対策を継続的かつ計画的に実施しましょう。

この指針のうち、セルフケアとして労働者が自分のストレス状態を知ることによって対処したり、その結果を分析し職場改善に繋げることでメンタルヘルス不調を未然に防止することを目的として、平成 27 年 12 月 1 日より改正労働安全衛生法が施行され、規模 50 人以上の事業場でストレスチェックを 1 年に 1 回定期的に実施することが義務化されました。

なお、厚生労働省では、事業場に対し、心の健康づくり計画の策定を含めた職場のメンタルヘルス対策の取組みの促進を図るために（独）宮城産業保健総合支援センターにメンタルヘルス対策支援を委託しており、メンタルヘルス対策の導入支援やストレスチェック制度の導入支援を行っていますので、是非ご利用ください。

第2次メンタルヘルス対策推進5カ年計画

宮城労働局

1 趣旨及び目的

近年、仕事や職業生活の関する強い不安やストレス等を感じている労働者の割合が高くなっています。全国では、過労や職場におけるパワハラなどによりうつ病などの精神疾患にかかり労災と認定された労働者の割合は高水準にあります。

このような状況を踏まえ、第12次労働災害防止推進計画に基づき、「第2次メンタルヘルス対策推進5カ年計画」（平成25年度～平成29年度）を策定し、「平成29年度末において、メンタルヘルス対策に取り組んでいる労働者50人以上の事業場の割合を80%以上」とする目標を掲げ、引き続き、メンタルヘルス対策の普及促進を図ることを目的として、本推進計画を策定しました。

2 計画期間及び目標

平成25年度から成29年度までの5カ年です。

事業場のメンタルヘルス取組率の80%以上を目指し取り組みます。

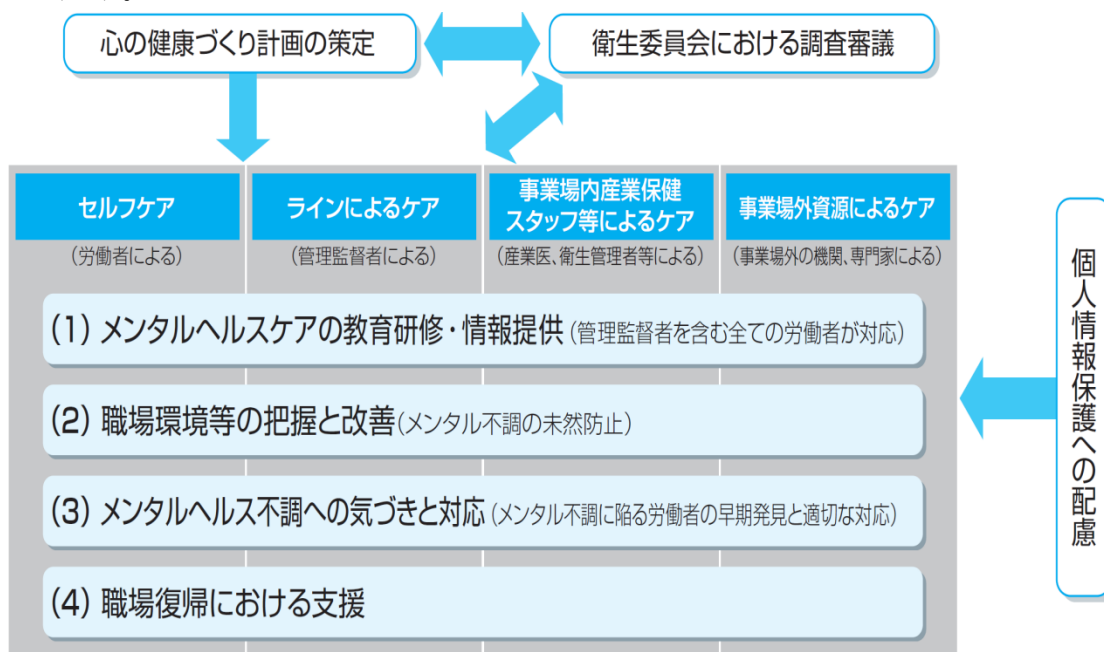
3 重点事項等

メンタルヘルス対策の推進に当たっては、特に、次の5項目を重点事項として掲げ計画を促進します。

- (1) 衛生委員会及び安全衛生委員会（以下「衛生委員会等」という。）での調査審議
- (2) 事業場における実態の把握
- (3) 「心の健康づくり計画」の策定
- (4) 事業場内メンタルヘルス推進担当者の選任
- (5) 教育研修の実施

労働者の心の健康の保持増進のための指針の概要

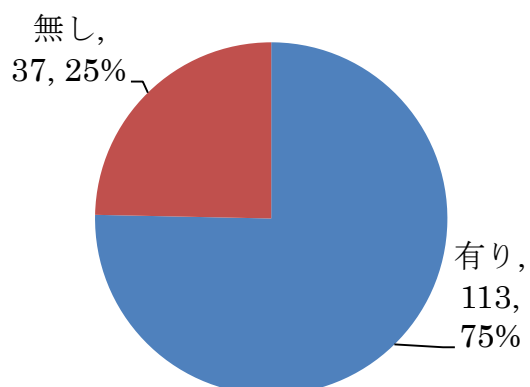
メンタルヘルスカを継続的かつ計画的に行われるようにするため、衛生委員会等において「心の健康づくり計画」の策定、実施体制の整備、実施方法等について、十分に調査審議を行い、以下の4つのケアが適切に実施されるよう事業場内の関係者が相互に連携し、メンタルヘルス対策を積極的に推進することが重要です。



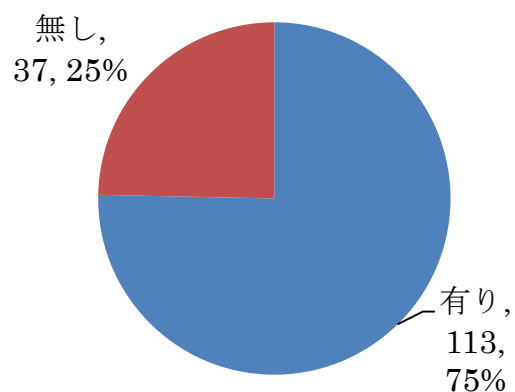
—— 事業場のメンタルヘルス対策自主点検結果 ——

石巻労働基準監督署

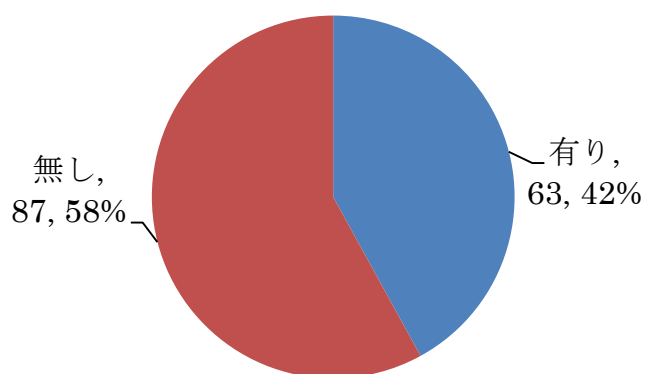
委員会による調査審議



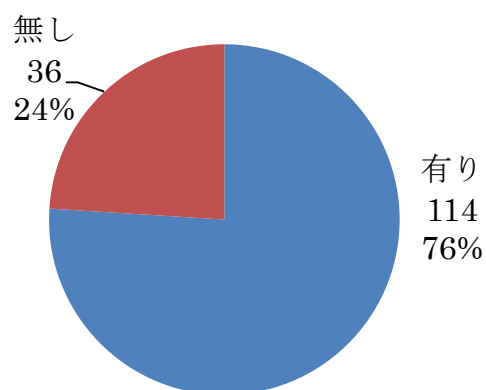
事業場での実態の把握



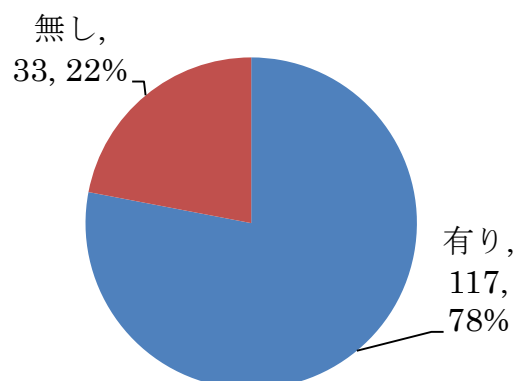
心の健康づくり計画の作成



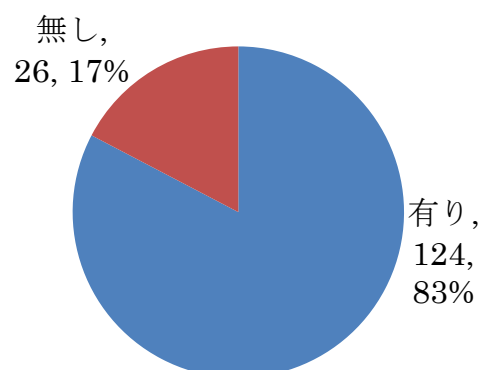
推進担当者の選任



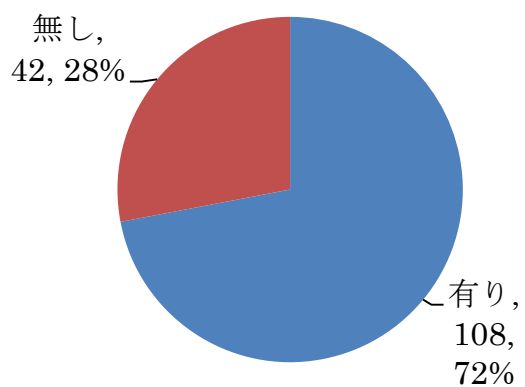
教育研修の実施



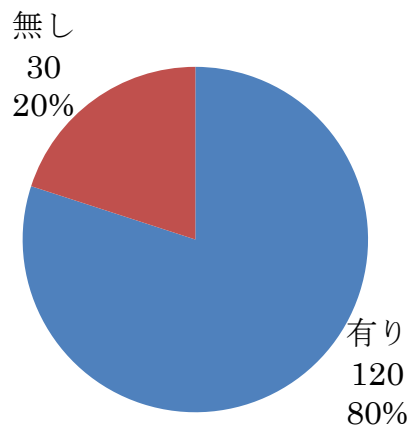
事業場外資源の活用



ストレスチェックの実施



その他の取組



メンタルヘルス対策支援センターの利用希望

